

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai efektifitas kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif di TPMB Amrina dan Evi Yuzana Kota Metro, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin sebelum dilakukan kompres hangat adalah sebesar 7,82 dan sesudah diberikan kompres hangat adalah sebesar 3.27.
2. Rata-rata intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin sebelum dilakukan teknik relaksasi nafas dalam adalah sebesar 7,73 dan sesudah diberikan teknik relaksasi nafas dalam adalah sebesar 4,91.
3. Ada efek pemberian kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam, dalam penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif diTPMB Amrina dan Evi Yuzana Di Kota Metrto.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian peengaruh efektifitas kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif di TPMB Amrina dan Evi Yuzana di Kota Metro.

1. Bagi TPMB Amrina dan Evi Yuzana

Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan agar mengetahui terapi non farmakologi, sebagai pengetahuan dan tambahan informasi tentang pemeberian kompres hangat dan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan. Serta melengkapi fasilitas yang dibutuhkan seperti buli-buli,dan termometer air panas.

2. Bagi Institusi Pendidikan Prodi Kebidanan Metro

Bagi institusi pendidikan dapat menambah referensi terbaru mengenai pelaksanaan yang efektif dalam penanganan nyeri persalinan sehingga dapat diterapkan oleh mahasiswa dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu bersalin.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan tentang metode penelitian, melakukan penelitian lebih lanjut dengan daerah yang lebih luas dan responden yang lebih banyak agar hasilnya lebih efektif, selain itu juga perlu dikembangkan penelitian dengan faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif.